

**Семинар-совещание, посвященное Дню охраны труда**

## **Диспансеризация и оздоровление работников**

**Докладчик - Заведующий Центром медицинской профилактики  
ГУ «Республиканский врачебно-физкультурный диспансер» , главный специалист по медицинской профилактике МЗРК  
Лыурова Татьяна Михайловна**

# ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ

## ЗАЧЕМ нужна ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ?

- ✓ выявить риск развития болезни как можно раньше
- ✓ увеличить продолжительность жизни
- ✓ сохранить и укрепить здоровье

## КОГДА И КОМУ проходить диспансеризацию?

- ✓ **1 РАЗ В 3 ГОДА** - с **21 года** работающим и неработающим гражданам; обучающимся образовательных организаций по очной форме
- ✓ **1 РАЗ В 2 ГОДА** - маммография женщинам в возрасте **от 51 года до 69 лет**; исследования кала на скрытую кровь - гражданам в возрасте **от 49 до 73 лет**
- ✓ **ЕЖЕГОДНО** - инвалидам и участникам боевых действий, ВОВ

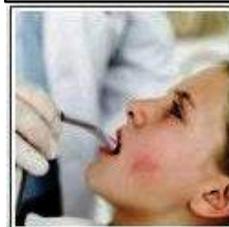
## ГДЕ ПРОЙТИ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ?

Обратитесь с **полисом ОМС** в медицинскую организацию по месту жительства, работы, учебы



## ДИСПАНСЕРНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ

- ЭТО МЕДИЦИНСКОЕ НАБЛЮДЕНИЕ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ ПАЦИЕНТА, ВКЛЮЧАЮЩЕЕ ПЕРИОДИЧЕСКИЕ ОСМОТРЫ ВРАЧАМИ – СПЕЦИАЛИСТАМИ, ЛАБОРАТОРНОЕ И ИНСТРУМЕНТАЛЬНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ



$$\text{ИМТ} = \frac{\text{ВЕС (кг)}}{(\text{РОСТ (м)})^2}$$



## Распределение лиц, прошедших 1 этап диспансеризации за 3 месяца по группам здоровья (всего 38 890 человек):

- I группа здоровья – 7 375 чел. (18,96 %)
- II группа здоровья – 7 445 чел. (19,14 %)
- III группа здоровья – 24 070 чел. (61,90 %)

**I группа:**  
граждане, у которых не обнаружено хронических патологий или риска их появления

**II группа:**  
люди, у которых не выявлено заболеваний, но довольно высокий риск их развития (есть изменения в анализах)

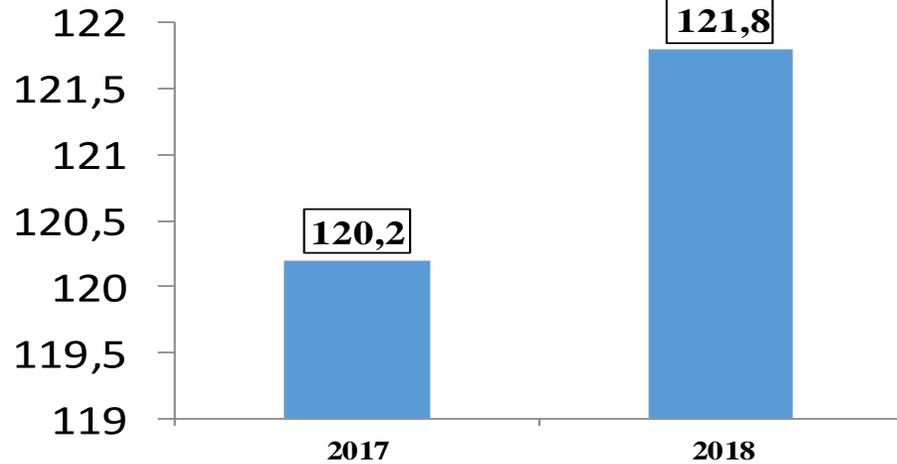
**III группа:**  
люди с диагностированными хроническими патологическими процессами (гипертония, злокачественные опухоли, сбой инсулинового обмена и др.)

## Распределение по группам здоровья за 2018 год:

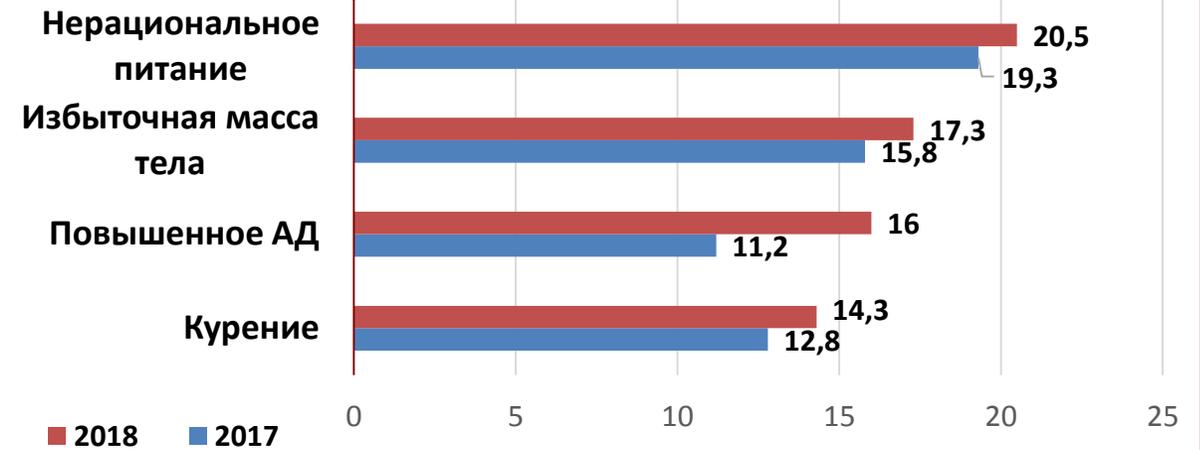
I группа – 24 897 чел. (20,44 %); II группа – 26 804 чел. (22,01 %); III группа – 70 080 чел. (57,55 %)

# Результаты диспансеризации за 2017-2018 годы

за 2 года осмотрено 242 тыс. человек



Динамика основных факторов риска на 100 человек, закончивших диспансеризацию



Мероприятия по итогам диспансеризации (процент граждан от общего числа прошедших ДВН)	2017 год (%)	2018 год (%)
- впервые назначено лечение в связи с выявленным заболеванием	22,2	27,6
- направлено на санаторно-курортное лечение	5,1	4,4
- направлено на специализированное, в том числе высокотехнологичное, лечение	0,06	0,07



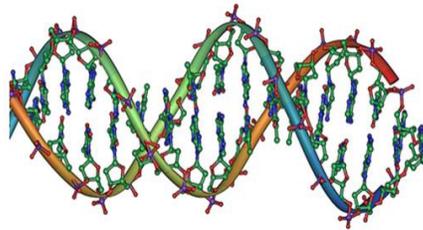
## ЗДОРОВЬЕ ПЕРСОНАЛА - "ГОЛОВНАЯ БОЛЬ" РАБОТОДАТЕЛЯ?

Здоровье персонала - это важнейший ресурс любой компании. Практика показывает, что правильно организованное управление здоровьем сотрудников позволяет снизить заболеваемость в коллективе до 40 - 50%, количество дней нетрудоспособности - до 20%, повысить выявляемость хронических заболеваний на 10 - 15%, и в результате уменьшить средний срок временной нетрудоспособности до 30%

**А ВЫ  
ПРОШЛИ  
ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ?**

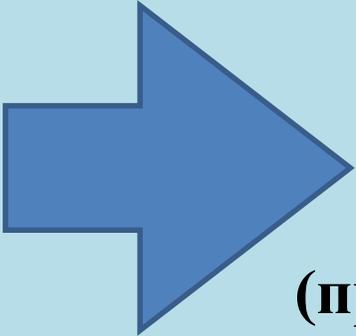


По данным ВОЗ продолжительность жизни человека и состояние его здоровья определяет



- **60%** - образ жизни и система питания
- **15%** - наследственность
- **15%** - условия внешней среды
- **10%** - услуги здравоохранения

# Интеграционные индикаторы ЗОЖ

№	Индикатор	Интерпретация
1.	Потребление овощей и фруктов ежедневно не менее 400- 500 г.	 <p><b>5 из 5 – идеально,</b> <b>4 из 5 – хорошо</b> <b>(при отсутствии любого индикатора, кроме курения)</b></p>
2.	Адекватная физическая активность (не менее 150 мин. Умеренной или 75 мин. интенсивной физической нагрузки в неделю) или 10000 шагов в день.	
3.	Нормальное (не выше 5,0 г. NaCl в сутки) потребление соли	
4.	Отсутствие курения	
5.	Употребление алкоголя не более 168 г. чистого этанола в неделю для мужчин и не более 84 г. – для женщин	

# ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННАЯ КАМПАНИЯ

#ТЫ СИЛЬНЕЕ  
МИНЗДРАВ  
УТВЕРЖДАЕТ!

## ПОРТАЛ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

Официальный ресурс Министерства здравоохранения  
Российской Федерации

[WWW.TAKZDOROVO.RU](http://WWW.TAKZDOROVO.RU)

ТЫ СИЛЬНЕЕ! МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ

Наружная реклама

Аудио

Видео

Плакаты

ЛОМАЯ СТЕРЕОТИПЫ

### РАБОТАЙ НАД СОБОЙ – ДЕРЖИ АЛКОГОЛЬ ПОД КОНТРОЛЕМ

«МОЗГ ОДНОВРЕМЕННО ВЫЗЫВАЕТ ЖАЛО, ЧЕМ ЕГО ПОСЫЛА»

8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

ЛОМАЯ СТЕРЕОТИПЫ

### ЧТО МЕШАЕТ БРОСИТЬ КУРИТЬ

9

8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

TAKZDOROVO.RU 8 800 200 0 200

ЖИЗНЬ ИДЕТ ПО НУЖНОМУ МАРШРУТУ

TAKZDOROVO.RU 8 800 200 0 200

КОГДА БРОСИЛ ПИТЬ

#ТЫ СИЛЬНЕЕ МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ!

ЗНАЕШЬ, ЧТО ЕШЬ

### ПЕРЕХОДИ НА ЗЕЛЕНЫЙ

КОГДА ПЕРЕСОЛИЛ...

8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

ЗНАЕШЬ, ЧТО ЕШЬ

### КРАСОТА СПАСЕТ МИР, А КРАСОТУ – ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

#ТЫ СИЛЬНЕЕ МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ!

### С ДЕТЬМИ ЖИЗНЬ ЯРЧЕ

8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

### С ДЕТЬМИ СЧАСТЬЯ БОЛЬШЕ

8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

ЛОМАЯ СТЕРЕОТИПЫ

### КРЕПКИЙ НАПИТОК – ЭТО АЛКОГОЛЬ

8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

ЛОМАЯ СТЕРЕОТИПЫ

### ПОКА ЖДЕШ АВТОБУС, МОЖНО ПЕРЕКУРИТЬ

8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

ЛОМАЯ СТЕРЕОТИПЫ

### ПРИШЛА В ГОЛОВУ МЫСЛЬ – НУЖНО ПЕРЕКУРИТЬ ВОЛОНТИТЬ

8 800 200 0 200  
TAKZDOROVO.RU

# ВЫЕЗДНЫЕ ШКОЛЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ХНИЗ И ФОРМИРОВАНИЮ ЗОЖ

## Профилактики сахарного диабета

## Профилактики артериальной гипертензии

## Профилактики гиподинамии



### ПРОФИЛАКТИКА САХАРНОГО ДИАБЕТА

ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА С  
НАСЕЛЕНИЕМ ГОРОДА СЫКТЫВКАРА



### ШКОЛА ПРОФИЛАКТИКИ ГИПОДИНАМИИ



XXXXXXXXXXXXXXXXXX

- РАБОТАЕМ С ОРГАНИЗАЦИЯМИ
- ВЫХОДИМ НА ПРЕДПРИЯТИЯ

XXXXXXXXXXXXXXXXXX

# ОПЫТ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗОЖ на предприятиях

**2018 год**

**Сыктывкарские тепловые сети  
(филиал ПАО «Т Плюс»)**



**2019 год**

**Сыктывкарский фанерный завод**



# Региональные компоненты федерального проекта «Укрепление общественного здоровья»

Региональный  
уровень  
(3 компонента)

- Разработка концепции и внедрение новой модели работы центров общественного здоровья
- Разработка и внедрение модельных корпоративных программ укрепления здоровья
- Разработка и внедрение региональных и муниципальных программ укрепления общественного здоровья

# Программы укрепления здоровья на рабочем месте – важный инструмент общественного здоровья



Доступ к  
большому  
количеству  
трудоспособного  
населения



Наличие каналов  
коммуникации,  
механизмов  
воздействия,  
ресурсов,  
инструментов



Совпадение  
интересов  
работника,  
работодателя и  
государства

# КОРПОРАТИВНЫЕ ПРОГРАММЫ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ



**Программы здоровья на рабочем месте рекомендованы:**

**Оттавской хартией 1986 г. по укреплению здоровья**

**Джакартской декларацией 1997 г. по введению системы укрепления здоровьем в XXI век**

**Бангкокской хартией 2005 г. по укреплению здоровья в глобализованном мире и др.**

Начиная с 1990 гг в экономически развитых странах **40-80%** средних и крупных компаний реализуют программы укрепления здоровья на рабочем месте

## НАПРАВЛЕНИЯ КОРПОРАТИВНЫХ ПРОГРАММ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ

- создание условий для ведения и продвижения здорового образа жизни;
- снижение действия факторов риска НИЗ (профилактика курения и помощь в отказе от табака; расширение физической активности; снижение уровня стресса; продвижение принципов здорового питания);
- проведение скрининга и раннего выявления заболеваний, вовлечение работников в программы по укреплению здоровья на рабочем месте, а также в программы, реализуемые региональным и/или муниципальным центром общественного здоровья.



# Ожидаемые результаты программы и индикаторы эффективности

## Краткосрочные – 1 год

- Повышение информированности сотрудников

## Среднесрочные – 2-3 года

- Оздоровление образа жизни за счет снижения поведенческих факторов риска
- Снижение заболеваемости

## Долгосрочные 5 и более

- Снижение заболеваемости
- Снижение смертности
- Возврат инвестиций

## Предложения по укреплению здоровья на рабочем месте

- Информационно-коммуникационная кампания на предприятиях и учреждениях «Минздрав утверждает! Ты сильнее».
- Сотрудничество работодателей со службами профилактики по формированию ЗОЖ.
- Разработка и внедрение модельных корпоративных программ укрепления здоровья.

**БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ!**

